

## PENGARUH EMOTIONAL COACHING KEPADA GURU UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN EMOSI SISWA TUNALARAS DI SLB SEKOTA CIMAHI

Wiwin Yuliani<sup>1</sup>, Tuti Alawiyah<sup>2</sup>, Maya Masyita Suherman<sup>3</sup>,  
Ardian Renata Manuardi<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Siliwangi

Email: wiwin@ikipsiliwangi.ac.id, [tuti-alawiah@ikipsiliwangi.ac.id](mailto:tuti-alawiah@ikipsiliwangi.ac.id), [mayamasyita@ikipsiliwangi.ac.id](mailto:mayamasyita@ikipsiliwangi.ac.id)  
[ardianrenata@ikipsiliwangi.ac.id](mailto:ardianrenata@ikipsiliwangi.ac.id)

### Abstrak

Penelitian mengenai pengaruh *emotional coaching* kepada guru untuk meningkatkan kemandirian emosi siswa tunalaras di SLB sekota Cimahi yang bertargetkan TKT tingkat dasar kedua yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh webinar *emotional coaching* kepada guru terhadap kemandirian emosi siswa tuna laras di SLB sekota Cimahi. Desain yang digunakan dalam penelitian ini berupa desain *one group pre and posttest design* yang menggunakan satu kelompok subjek (kasus tunggal) serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan berupa *emotional coaching*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 10 orang siswa tunalaras. Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan teknik *Mann Whitney U Test*, diperoleh nilai *Asymp Sig* sebesar 0.159 yang berarti lebih besar dari nilai signifikansi  $\alpha$  0.05. Hal ini berarti  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima, yaitu tidak terdapat perbedaan kemandirian emosi peserta didik tunalaras sebelum dan sesudah dilakukan *emotional coaching*.

*Kata Kunci: Emotional Coaching; Kemandirian Emosi; Tunalaras*

### Abstract

*Research on the effect of emotional coaching on teachers to increase the emotional independence of students with disabilities in SLB, Cimahi, which is targeted at TKT at the second basic level, which aims to determine the effect of emotional coaching webinars on teachers on the emotional independence of hearing impaired students in SLB Kota Cimahi. The design used in this study is one group pre and posttest design which uses one group of subjects (single cases) and takes measurements before and after giving the treatment in the form of emotional coaching. The sample used in this study were 10 students with tunalaras. Based on the results of hypothesis testing using the Mann Whitney U Test technique, the Asymp Sig value is 0.159, which means it is greater than the significance value of  $\alpha$  0.05. This means that  $H_a$  is rejected and  $H_0$  is accepted, that is, there is no difference in the emotional independence of tune students before and after emotional choaching.*

*Keywords: Emotional Coaching; Emotional Independence; Tunalaras.*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan gerbang menuju masa dewasa. Menurut Steinberg (2014) salah satu tugas perkembangan masa peralihan ini adalah berkembangnya kemandirian (autonomy). Kemandirian (autonomy) yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemandirian emosi remaja tuna laras yang seharusnya mampu menunjukkan kemandirian emosi yang baik. Akan tetapi, fakta di lapangan diketahui melalui wawancara dengan perwakilan guru SLB sekota Cimahi diperoleh kesimpulan bahwa kemandirian emosi siswa tunalaras masih perlu mendapatkan perhatian, hal tersebut dikarenakan kurangnya keterampilan emosi dari guru untuk merespon emosi dari siswa tuna laras tersebut. Berangkat dari pernyataan Steinberg (2014) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi berkembangnya kemandirian emosi adalah interaksi siswa dalam pendidikan di sekolah, maka seyogyanya perlu diadakan pelatihan untuk membekali guru-guru guna meningkatkan keterampilan emosi dalam merespon emosi siswa sehingga berdampak terhadap meningkatnya kemandirian emosi siswa tersebut. Peneliti mengajukan penelitian mengenai pengaruh emotional coaching kepada guru untuk meningkatkan kemandirian emosi siswa tuna laras di SLB sekota Cimahi.

Bertolak dari masalah latar belakang diatas peneliti mengajukan rumusan masalah sebagai berikut:

Adakah pengaruh emotional coaching kepada guru terhadap kemandirian emosi siswa tuna laras di SLB sekota Cimahi?

Sejalan dengan latar belakang diatas maka tujuan umum penelitian ini adalah memberikan sumbangan pengetahuan terkait emotional coaching kepada guru-guru di SLB sekota Cimahi. Adapun tujuan khusus yang ingin dicapai adalah sebagai berikut untuk mengetahui pengaruh emotional coaching kepada guru terhadap kemandirian emosi siswa tuna laras di SLB sekota Cimahi.

### A. Kemandirian Emosi (Emotional Autonomy)

Menurut Steinberg (2014), kemandirian emosional (emotional autonomy) berhubungan dengan perubahan keterikatan hubungan emosional remaja dengan orang lain, terutama dengan orangtua atau guru. Dalam hal ini, kemandirian emosional memiliki makna afeksi dan relasional yang melibatkan persepsi kemerdekaan emosional dari orangtua atau guru dan teman sebaya, karena bagi remaja, baik orangtua /guru maupun teman sebaya memiliki pengaruh yang kuat terhadap diri mereka.

Konsep kemandirian emosional di atas memiliki kesamaan dengan definisi Douvan dan Gold (dalam Saputri, 2012), yakni derajat dimana remaja telah berhasil membuang ikatan kekanak-kanakannya terhadap keluarga. Anak yang tadinya masih sangat tergantung dengan orangtua, mulai mengurangi ketergantungannya. Munculnya kemandirian emosional pada remaja bukan berarti pemberontakan mereka terhadap keluarga, atau pelepasan hubungan orangtua dengan anak. Pencapaian kemandirian emosional bukan merusak atau memutuskan hubungan keluarga. Menurut Blos (Damon dan Lerner, 2008), perkembangan otonomi emosional dimulai dengan individuasi dari orangtua dan berakhir dengan pencapaian rasa identitas sesuai yang diutarakan Erickson.

Menurut Steinberg (2014) ada empat aspek kemandirian emosional. Aspek pertama dari kemandirian emosional adalah de-idealized, yakni remaja dapat menilai orangtua secara objektif bahwa orangtuanya tidak selalu ideal. Perilaku yang dapat dilihat adalah remaja dapat menganggap bahwa ada hal-hal yang tidak diketahui oleh orangtua, dan orangtua tidak selalu berkuasa, serta mampu memandang orangtua sebagaimana adanya yakni bisa saja orangtua melakukan kesalahan. Aspek kedua dari kemandirian emosional adalah pandangan tentang *parents as people*, yakni kemampuan remaja dalam memandang orangtua sebagaimana orang lain pada umumnya. Perilaku yang dapat dilihat adalah remaja dapat berinteraksi dengan

orangtua secara seajar, serta dapat berdiskusi secara bebas dan leluasa bersama orangtuanya. Aspek ketiga dari kemandirian emosional adalah nondependency, yakni kemampuan remaja bergantung kepada kemampuannya sendiri tanpa mengharapkan bantuan orangtua. Perilaku yang dapat dilihat ialah mampu menunda keinginan untuk segera meluapkan perasaan kepada orangtua, dan mampu menunda keinginan untuk meminta bantuan kepada orangtua atau orang dewasa lain ketika menghadapi masalah. Aspek keempat dari kemandirian emosional pada remaja adalah mereka memiliki derajat individuasi (individuated) dalam hubungan dengan orangtua. Individuasi berarti berperilaku lebih bertanggung jawab. Perilaku individuasi yang dapat dilihat ialah mampu melihat perbedaan antara pandangan orangtua dengan pandangan dirinya, menunjukkan perilaku yang lebih bertanggung jawab yakni dalam hal membuat keputusan, dan menegakan privasi dari orangtuanya.

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini fokus meneliti terkait kemandirian emosi (Emotional Autonomy) sebagai suatu kemampuan yang ditunjukkan oleh siswa tunalaras untuk melepas ketergantungan kepada guru. Indikator yang digunakan dalam mengukur kemandirian emosi (Emotional Autonomy) dalam penelitian ini dipilih aspek parents as people dan aspek nondependency.

#### B. Emotional Coaching

Emotional coaching adalah salah satu kegiatan pelatihan yang dilakukan kepada orangtua atau guru untuk membantu anak mengembangkan keterampilan mengatur emosi (Gottman dalam Santrock, 2014). Gottman (Santrock, 2014) menjelaskan 5 tahapan pelaksanaan emotion coaching yaitu:

1. Menyadari munculnya emosi anak,
2. Memandang emosi negatif dari anak cara anak menunjukkan keakraban.
3. bertujuan untuk memvalidasi atau berempati pada emosi negatif anak.
4. membantu anak memberi label terhadap emosi negatif .
5. mengacu pada pemecahan masalah anak.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan berupa metode penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dilakukan dengan melakukan manipulasi terhadap perilaku individu yang diamati. Manipulasi yang dilakukan dapat berupa situasi atau tindakan tertentu yang diberikan kepada individu atau kelompok, dan setelah itu dilihat pengaruhnya. Eksperimen ini dilakukan untuk mengetahui efek yang ditimbulkan dari suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti. Desain yang digunakan dalam penelitian ini berupa desain perlakuan ulang (*one group pre and posttest design*) yang menggunakan satu kelompok subjek (kasus tunggal) serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada subjek. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah berjumlah 10 orang. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kematangan emosi siswa tunalaras adalah instrument kematangan emosi yang dimodifikasi dari *emotional maturity scale* - Drs. Yashwir Singh & Mahesh Bhargave.

Proses pelatihan *emosional choacing* (*treatment*) dilakukan dalam waktu 90 menit. *Treatment (emosional choacing)* ini dilakukan selama 2 pertemuan. Pengujian validitas untuk menguji keshahihan instrumen penelitian digunakan uji *Product Moment Pearson* dan pengujian reliabilitas dengan bantuan aplikasi *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) 20.0 for windows. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Mann Whitney U-Test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Konsep kemandirian emosional di atas memiliki kesamaan dengan definisi Douvan dan Gold (dalam Saputri, 2012), yakni derajat dimana remaja telah berhasil membuang ikatan kekanak-kanakannya terhadap keluarga. Anak yang tadinya masih sangat tergantung dengan orangtua, mulai mengurangi ketergantungannya. Munculnya kemandirian emosional pada remaja bukan berarti pemberontakan mereka terhadap keluarga, atau pelepasan hubungan orangtua dengan anak. Pencapaian kemandirian emosional bukan merusak atau memutuskan hubungan keluarga. Menurut Bloss (Damon dan Lerner, 2008), perkembangan otonomi emosional dimulai dengan individuasi dari orangtua dan berakhir dengan pencapaian rasa identitas sesuai yang diutarakan Erickson.

Kemandirian emosi dalam penelitian ini melibatkan empat aspek yaitu

1. Remaja tidak mengidealkan orangtuanya
2. Remaja dapat memandang orangtua sebagai orang dewasa lainnya.
3. Remaja bergantung kepada dirinya sendiri
4. Remaja merasa bertanggungjawab atas dirinya sendiri.

Dari empat aspek tersebut peneliti tuangkan kedalam 11 indikator dengan 40 pernyataan. Setelah dilakukan uji validasi dan reliabilitas instrument, diperoleh 35 instrumen bernilai valid dan sisa nya tidak valid.

Berikut peneliti sajikan tingkat kemandirian emosi siswa berdasarkan penilaian acuan normative (PAN).

**Tabel 1. Kategori Kemandirian Emosi**

Interval Skor	Nilai	Keterangan
115 ke atas	A	Sangat Tinggi
97-114	B	Tinggi
80-96	C	Cukup
61-79	D	Rendah
60 ke bawah	E	Sangat Rendah

**Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Pretest-Posttes Kemandirian Emosi Kelas Eksperimen**

No	Nama	Pretest	Postes
1	PD1	60	70
2	PD2	59	62
3	PD3	61	65
4	PD4	60	60
5	PD5	69	70
6	PD6	70	74
7	PD7	63	64
8	PD8	65	69
9	PD9	67	70
10	PD10	75	79
Rata-rata		64.9	68.3

Wiwin Yuliani<sup>1</sup>, Tuti Alawiyah<sup>2</sup>, Maya Masyita Suherman<sup>3</sup>, Ardian Renata Manuardi<sup>4</sup>. **PENGARUH EMOTIONAL COACHING KEPADA GURU UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN EMOSI SISWA TUNALARAS DI SLB SEKOTA CIMAHI.** IKIP Siliwangi

No.	Nama	Pretes	Kategori	Postes	kategori
1	PD1	60	Sangat Rendah	70	Rendah
2	PD2	59	Sangat rendah	62	Rendah
3	PD3	61	Rendah	65	Rendah
4	PD4	60	Sangat Rendah	60	sangat rendah
5	PD5	69	Rendah	70	Rendah
6	PD6	70	Rendah	74	Rendah
7	PD7	63	Rendah	64	Rendah
8	PD8	65	Rendah	69	Rendah
9	PD9	67	Rendah	70	Rendah
10	PD10	75	Rendah	79	Rendah
Rata-rata		64.9	Rendah	68.3	Rendah

Berdasarkan Tabel 2 tersebut, dapat dilihat bahwa rata-rata hasil pretes 64.9 dan postes 68.3 ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata sebesar 1.2 Artinya kemandirian emosi siswa yang mendapatkan pembelajaran dari guru yang mengikuti emosional coaching meningkat, namun peningkatan ini belum diketahui signifikasinya.

Melalui Mann-Whitney Test diperoleh hasil sebagai berikut

**Tabel 3 Mann-Whitney Test**

	Kemandirian Emosi
Mann-Whitney U	31.500
Wilcoxon W	86.500
Z	-1.407
Asymp. Sig. (2-tailed)	.159
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.165 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

H<sub>0</sub> : tidak terdapat perbedaan kemandirian emosi siswa tunalaras sebelum dan sesudah dilaksanakannya emotional coaching.

H<sub>a</sub>: terdapat perbedaan kemandirian emosi siswa tunalaras sebelum dan sesudah dilaksanakannya emotional coaching.

Berdasarkan table uji Mann Whitney U terhadap 0 subjek penelitian, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,159.

### Pembahasan

Sebelum dilaksanakannya penelitian, peneliti melakukan survei ke SLB-SLB yang ada di Kota Cimahi walaupun survey dengan waktu terbatas karena pada waktu itu Cimahi masuk zona merah pandemi. Peneliti mempersiapkan perangkat-perangkat untuk pelaksanaan penelitian, seperti pembentukan panitia pembantu, penyusunan instrument, mendesain poster, memilih pemateri dll.

Selanjutnya, peneliti beserta anggota melaksanakan emotional coaching terhadap guru SLB yang dilakukan secara online dengan peserta sebanyak 5 orang. Guru guru yang

mendapatkan pelatihan emotional coaching ini dibina untuk melakukan pembelajaran secara daring kepada siswa siswanya. Guru guru tersebut masuk ke dalam kelompok eksperimen. Selama proses pelaksanaan emotional coaching, peneliti dan panitian pembantu memndaftar nama nama guru SLB yang tidak ikut pelatihan untuk dikelompokkan kedalam kelompok Kontrol. Diperoleh 10 guru SLB yang tidak mengikuti emotional coaching, dimana 5 guru tersebut melaksanakan pembelajaran daring tanpa pembinaan apapun.

Gottman (Santrock, 2014) mengidentifikasi lima langkah emotion coaching yang dapat dilakukan oleh orang tua dalam membantu anak dalam mengelola emosinya, yaitu:

1. Menyadari munculnya emosi anak, bahkan jika emosi tersebut hanya memiliki intensitas yang rendah. Hal ini membuat orang tua memungkinkan untuk mengenali tanda-tanda awal dari kesedihan dan kemarahan anak dan mengkaitkannya dengan emosi negatif yang pernah terjadi sebelum meningkat ke intensitas yang tinggi.
2. Emotion coaching parent memandang emosi-emosi negatif dari anak merupakan suatu kesempatan untuk melakukan keakraban dan pengajaran kepada anak. Orang tua memandang kesedihan anak sebagai informasi penting dan suatu isyarat bahwa suatu telah salah dan menggunakan ekspresi dari anak sebagai cara untuk membuat hubungan dengan anak.
3. Komponen yang bertujuan untuk memvalidasi atau berempati pada emosi negatif anak. Hal ini mencakup komunikasi dengan anak merupakan suatu yang wajar apabila mengalami emosi negatif pada situasi yang tidak menyenangkan.
4. Emotional coaching parents membantu anak memberi label terhadap emosi negatif yaitu, orang tua membantu anak untuk menempatkan perasaan mereka ke dalam kata-kata yang dapat meningkatkan pemahaman mereka dari pengalaman emosi yang pernah mereka alami.
5. Emotional coaching mengacu pada pemecahan masalah anak. Hal-hal ini bisa mencakup membuat batasan waktu sebagai contoh, "Ok jika kamu marah, namun ingat memukul adik kamu sesuatu perbuatan yang tidak baik. Kamu pun dipukul sakit kan?" menggambarkan perilaku yang tepat dan membantu anak memperjelas tujuan dan strategi-strategi untuk mencapainya.

Siswa yang dilibatkan dalam penelitian ini ada dua kelompok yaitu kelompok control dan eksperimen. Dimana masing masing kelompok terdiri dari 10 siswa. Sebelum dilakukan pembelajaran oleh guru guru SLB, para siswa diminta untuk mengerjakan pretes kemandirian emosi. Dari hasil pretes tersebut terlihat gambaran kemandirian emosi siswa masih rendah. Setelah guru guru melakukan pembelajaran selama 15 kali pertemuan daring, siswa siswa tersebut diberi soal postes kemandirian emosi. Dari hasil postes tersebut kemandirian emosi siswa yang mendapatkan pengajaran dari guru yang telah melakukan emotional coaching dengan siswa yang mendapat pengajaran dari guru yang tidak melakukan emotional coaching ternyata hasilnya sama yaitu kemandirian emosi siswa masih tetap rendah.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan teknik Mann Whitney U Test, diperoleh nilai Asymp. Sig sebesar 0.159 yang berarti lebih kecil dari nilai signifikansi  $\alpha$  0.05. Hal ini berarti  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima, maka dapat disimpulkan tidak terdapat pengaruh *emotional coaching* kepada guru dalam meningkatkan kemandirian emosi siswa tunalaras di SLB sekota Cimahi.

Wiwin Yuliani<sup>1</sup>, Tuti Alawiyah<sup>2</sup>, Maya Masyita Suherman<sup>3</sup>, Ardian Renata Manuardi<sup>4</sup>. **PENGARUH EMOTIONAL COACHING KEPADA GURU UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN EMOSI SISWA TUNALARAS DI SLB SEKOTA CIMAH. IKIP Siliwangi**

## REFERENSI

- Arikunto, Suharsimi. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Damon,W.,and Richard M.Lerner. (2008). *Child and adolescent development an advanced course*. Canada : John Wiley & Sons.
- Santrock, John W.(2014). *Perkembangan Anak*. Edisi 12. Jakarta. Erlangga.
- Saputri, I. Y. (2012). *Berasal Dari Latar Belakang Budaya Sunda ( Studi Kasus Pada Siswa Sma Negeri 8 Bogor Yang Berasal Dari Latar Belakang Budaya Sunda )*. 58–64.
- Steinberg, L. (2017). *Adolescence. Eleventh edition*. New York: McGraw-Hill.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : CV Alfabeta.

## Ucapan Terimakasih

Riset Pengaruh Emotional Coaching Kepada Guru Untuk Meningkatkan Kemandirian Emosi Siswa Tunalaras Di SLB Sekota Cimahi dibiayai oleh Ristek Dikti dalam program Hibah Dikti Penelitian Dosen Pemula (PDP) 2020.